



109 學年度第 2 學期循環菜單(110.02.01~110.07.31)

第一週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	2/1、3/15、 4/26、6/7、7/19	2/2、3/16、 4/27、6/8、7/20	2/3、3/17、 4/28、6/9、7/21	2/4、3/18、 4/29、6/10、7/22	2/5、3/19、 4/30、6/11、7/23
早上點心	糙米漿	牛奶脆片	薏仁漿	豆漿	五穀米漿
午餐	地瓜飯 滷肉 洋蔥炒蛋 高麗菜 蘿蔔大骨湯 芭樂	茄汁義大利麵(豬 肉末、番茄) 豆芽菜 薯餅 雞米花 南瓜濃湯 蘋果	白飯 醬煎嫩雞柳 炒三絲(肉絲、紅 K 絲、青椒絲) 絲瓜 玉米大骨湯 香蕉	炒粿條 (肉絲、韭菜、豆芽 菜、香菇、蝦仁、紅 蔥) 菜丸、油豆腐 油菜 韭菜豬血湯 鳳梨	白飯 糖醋魚柳 紅燒豆腐 波菜 苦瓜排骨湯 芭樂
下午點心	麥茶 全麥吐司	肉燥米粉湯	芝麻包 酸梅湯	壽司 蛋花湯	鹹粥
第二週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	2/8、3/22、5/3、 7/26	2/9、3/23、5/4、 6/15、7/27	2/20、3/24、 5/5、6/16	3/25、5/6、6/17	3/26、5/7、6/18
早上點心	薏仁燕麥奶	黑豆漿	燕麥五穀奶	芝麻穀粉	紫米漿
午餐	海苔飯 馬鈴薯紅K肉末 小黃瓜蝦仁炒蛋 高麗菜 味噌海帶芽小魚 干湯 芭樂	三鮮燴飯 (花枝、魚丁、蝦仁、 魚板、紅K、高麗菜、 鵝鶉蛋、蟹肉棒) 波菜 紫菜蛋花湯 蘋果	白飯 杏包菇炒雞丁 豆干炒芹菜 油菜 蛤蠣冬瓜湯 鳳梨	什錦炒麵(彩椒、洋 蔥、黑木耳、香菇、 肉絲) 滷肉、滷蛋 波菜 香菇肉羹湯 香蕉	白飯 香酥魚柳 番茄炒豆腐 豆芽菜 鮮筍排骨湯 芭樂
下午點心	果凍	鍋貼 冬瓜茶	紅豆湯	絲瓜枸杞麵線	皮蛋瘦肉粥
第三週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	3/29、5/10、6/21	3/30、5/11、6/22	2/17、3/31、 5/12、6/23	2/18、4/1、 5/13、6/24	2/19、5/14、6/25
早上點心	糙米漿	芝麻穀奶	薏仁紫米漿	五穀燕麥奶	豆漿
午餐	白飯 糖醋豬排 絞肉蒸蛋 高麗菜 冬瓜排骨湯 芭樂	什錦炒飯 (肉絲、洋蔥、蛋、 玉米、青豆、紅K) 青江菜 黃瓜大骨湯 香蕉	白飯 咖哩雞丁 四季豆炒肉絲 空心菜 吻仔魚紫菜湯 鳳梨	水餃(豬肉、高麗菜) 滷菜(豆干、滷蛋) 大陸妹 玉米濃湯 芭樂	地瓜飯 清蒸鮮魚 鳳梨香菇炒雞柳 豆芽菜 鮮芋排骨湯 蘋果
下午點心	饅頭 決明子茶	布丁	餛飩白菜湯	螞蟻上樹 紫菜湯	稀飯 肉鬆

※本餐點一律使用「國產豬肉食材」。

※每月第 3 週週四為慶生日，早上點心除當日飲品外，備有蛋糕、小西點等。

※本會不定時有善心人士捐贈蔬菜、水果或其他食品，會依捐贈物資、或為控制食材品質及衛生更改菜單，若有變動，則以當日實物為準！



109 學年度第 2 學期循環菜單(110.02.01~110.07.31)

第四週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	2/22、5/17、6/28	2/23、4/6、 5/18、6/29	2/24、4/7、 5/19、6/30	2/25、4/8、 5/20、7/1	2/26、4/9、 5/21、7/2
早上點心	薏仁紫米漿	芝麻燕麥奶	糙米漿	豆漿	牛奶燕麥
午餐	五穀飯 香菇肉燥 蔥花蛋 高麗菜 冬瓜排骨湯 芭樂	親子丼飯 (雞肉、香菇、小烏 蛋、洋蔥、紅蘿蔔、 木耳、金針菇、豆 腐、花椰菜) 白菜獅子頭 蕃茄蛋花湯 蘋果	地瓜飯 滷雞腿 蔥燒豆腐 豆芽菜 黃瓜魚丸湯 鳳梨	炒米苔目(肉絲、韭 菜、豆芽菜、香菇、 蝦仁、紅蔥) 滷蛋、油豆腐 油菜 香菇雞湯 芭樂	高島香鬆飯 紅燒魚 客家小炒(五花 肉、乾魷魚、豆干、 芹菜、青蔥) 青江菜 玉米大骨湯 香蕉
下午點心	芝麻包 優酪乳	綠豆芋圓湯	椰奶西谷米	關東煮	玉米瘦肉粥
第五週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	4/12、5/24、7/5	3/2、4/13、 5/25、7/6	3/3、4/14、 5/26、7/7	3/4、4/15、 5/27、7/8	3/5、4/16、 5/28、7/9
早上點心	五穀米漿	黑豆漿	薏仁燕麥奶	牛奶脆片	薏仁漿
午餐	白飯 茄汁豬排 絞肉蒸蛋 高麗菜 鮮菇蔬菜湯 芭樂	鮭魚炒飯 (鮭魚、洋蔥、蛋、 玉米、青豆、紅K) 滷油豆腐 豆芽菜 冬瓜排骨湯 火龍果	白飯 彩椒雞丁 芹香腐皮 油菜 味噌海帶吻魚湯 香蕉	海鮮麵 (蝦仁、花枝、魚丁、 魚板、高麗菜、紅K、 豆薯) 蝦捲 波菜 芭樂	白飯 醬爆魚丁 紅燒麵輪(紅白K、 麵輪) 青江菜 玉米排骨湯 鳳梨
下午點心	青菜粉絲湯	草莓吐司 麥茶	紅豆紫米粥	浮水魚羹麵線	雞茸什錦粥
第六週	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
日期	3/8、4/19、 5/31、7/12	3/9、4/20、6/1、 7/13	3/10、4/21、 6/2、7/14	3/11、4/22、 6/3、7/15	3/12、4/23、 6/4、7/16
早上點心	芝麻穀奶	豆漿	五穀燕麥奶	糙米漿	薏仁紫米漿
午餐	白飯 筍干燒肉 蕃茄炒蛋 高麗菜 黃瓜大骨湯 芭樂	什錦湯麵 (肉絲、洋蔥、蛋、 高麗菜、紅K) 紅燒獅子頭 波菜 火龍果	白飯 紅燒雞翅 蘑菇肉絲洋蔥絲 (洋蔥、紅蘿蔔絲、 肉絲、蘑菇醬) 青江菜 冬瓜大骨湯 蘋果	海鮮炒麵(蝦仁、花 枝、魚丁、魚板、高 麗菜、紅K、豆薯) 涼拌腐皮 豆芽菜 酸菜鴨肉湯 鳳梨	芝麻飯 香酥魚柳 肉末燒豆腐 油菜 冬瓜魚丸湯 芭樂
下午點心	八寶甜湯	地瓜湯	饅頭 決明子茶	蒸餃 青菜湯	白粥 香菇肉燥

※本餐點一律使用「國產豬肉食材」。

※每月第 3 週週四為慶生日，早上點心除當日飲品外，備有蛋糕、小西點等。

※本會不定時有善心人士捐贈蔬菜、水果或其他食品，會依捐贈物資、或為控制食材品質及衛生更改菜單，若有變動，則以當日實物為準！